

Школа ГБОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс

Отд./корп

День 17.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	340/30	Омлет натуральный с помидором свежим	200	57,61	295	14	23	5
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,07	60	0	0	15
	хлеб	3	Батон нарезной обогащенный	50	9,15	201	6	2	40
	холодное	97/96	Сыр и масло сливочное	32	23,81	129	6	12	0
	сладкое	66	Мандарин	100	21,86	38	1	0	27
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	т/к	Огурец свежий	50	6,89	7	0	0	0
	1 блюдо	91	Щи из квашенной капусты со сметаной и курой	265	25,05	144	7	8	13
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	100	63,34	116	10	3	4
	гарнир	332	Макароны отварные	180	14,86	225	7	7	37
	сладкое	637	Компот из консервированных фруктов	200	23,79	161	0	0	41
	хлеб бел.	38	Батон обогащенный микронутриентами	25	4,57	67	2	1	13
	хлеб черн.	104	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	4,70	103	3	0	20
	фрукты	т/к	Банан	100	16,41	72	0	0	35
	сладкое	773	Булочка "Веснушка"	70	12,19	212	5	4	38